

RECENSIONES DE LIBROS / BOOK REVIEWS

Vicente Pelechano (2011). *Tratamientos psicológicos en enfermedades crónicas*. Madrid: Klinik. 615 pp.

Vicente Pelechano es catedrático de Psicología Clínica en la Universidad de La Laguna (Santa Cruz de Tenerife, Islas Canarias, España). Es uno de los psicólogos de mayor prestigio en la historia de la psicología española. Fundador y director de la revista *Análisis y Modificación de Conducta* (1975-actualidad), es autor de más de 200 artículos especializados y medio centenar de monografías, y fue el principal introductor de la terapia de conducta en España. En los últimos veinte años ha desarrollado una destacada labor docente e investigadora en psicología clínica de la salud.

Entre el medio centenar de monografías publicadas por el profesor Pelechano se encuentra su último libro: *Tratamientos psicológicos en enfermedades crónicas*. Recientemente Pelechano publicó un libro sobre la enfermedad crónica (*Enfermedades crónicas y psicología*. Klinik, Madrid, 2008) en el que plateaba, desde una óptica moderna, los principios y fundamentos de la interrelación entre los fenómenos psicológicos y la salud-enfermedad. En él, Pelechano abordó los diferentes puntos de vista que pueden converger (punto de vista del enfermo, el sistema sanitario, el hospital, las relaciones médico enfermo, etc.), así como la implicación de los diferentes factores psicológicos (personalidad, estrés, apoyo social, calidad de vida, etc.). Una vez establecidas las bases y el campo de la enfermedad crónica desde un enfoque psicológico, el profesor Pelechano consideró necesario dar el siguiente paso, el cual implicaba perfilar intervenciones psicológicas que pudieran aplicarse a las diferentes enfermedades crónicas. Este es el objetivo fundamental que persigue su nuevo libro.

El libro está estructurado en cuatro partes y un capítulo final sobre reflexiones en torno a la psicología y el sistema sanitario. La primera parte (Parte I) incluye tres capítulos sobre «Cuestiones previas y principales anclajes teóricos». En el primero de estos capítulos (Capí-

tulo 1: «Cuestiones teóricas y recordatorios necesarios») se enfatiza el requerimiento de ciertos presupuestos a la hora de llevar a cabo intervenciones psicológicas sobre la enfermedad crónica, tales como el conocimiento de la influencia de los trastornos de personalidad en las intervenciones psicológicas con enfermedades crónicas, la relevancia de las interacciones de personas, el apoyo social frente al refuerzo, la potenciación de tareas adaptativas relacionadas con la enfermedad, etc. Tal vez el núcleo central de esta primera parte lo ocupe el Capítulo 2 («El modelo comportamental-cognitivo»), pues en él el autor hace una excelente descripción del modelo de terapia cognitivo-conductual (TCC) aplicado a la intervención de la enfermedad crónica. El modelo incluye todos los componentes relevantes, entre los que se encuentran la evaluación inicial y orientación (entrevista inicial y evaluación, definición de los problemas, establecimiento de metas terapéuticas, papel de la TCC en la enfermedad del enfermo, etc.), el proceso de las diferentes sesiones (actualización sobre metas y síntomas, agendas de sesiones, plan de trabajo en casa, feedback y tareas, etc.), la revisión de las principales técnicas cognitivas (pensamientos automáticos, control de la atención, identificación y manejo de la imaginación, análisis coste-beneficio, etc.), y los procedimientos comportamentales (exposición, uso de refuerzos, experimentos comportamentales, actividad y ejercicio, etc.). Finalmente, esta primera parte se cierra con un capítulo complementario (Capítulo 3: «Acercamientos relacionados y relevantes») sobre ciertos conceptos o tendencias que podrían aportar apoyo teórico y práctico a las intervenciones propiamente dichas, tales como el manejo de la empatía o el papel de la motivación en la terapia.

La Parte II («Temas transversales para incrementar la eficacia o que forman parte de ella») del libro aborda en tres capítulos tres aspectos consustanciales a toda enfermedad crónica, que Pelechano conceptualiza como temas transversales. Los tres son de capital relevancia y deben ser adecuadamente manejados

por el terapeuta, pues incluyen «El ejercicio físico y la dieta» (Capítulo 4), «La fatiga y/o cansancio» (Capítulo 5), y las «Intervenciones psicológicas en el manejo del dolor» (Capítulo 6). No hay ni una sola enfermedad crónica que sea ajena a estos fenómenos que el autor etiqueta como transversales, y por ello constituyen un paso necesario en cualquier tratamiento psicológico de cualquier enfermedad crónica.

En la Parte III del libro («Dos programas genéricos») el autor presenta en dos capítulos dos programas genéricos, y por tanto dos programas aplicables en principio a cualquier tipo de enfermedad crónica. El primero de ellos se centra en las habilidades interpersonales (Capítulo 7: «La promoción de las habilidades interpersonales»). Este capítulo describe el programa de intervención basado en el manejo de las habilidades interpersonales validado y aplicado durante años por el profesor Pelechano. El programa consta de 7 fases y es expuesto con cierto detalle y extensión en el presente libro. En gran medida se trata de un programa de solución de problemas interpersonales que integra componentes que provienen de tradiciones psicológicas distintas (el autor justifica mantener la pluralidad teórica con el fin de poder adaptarse a las complejidades de los problemas y diferencias individuales de los enfermos que, de este modo, pueden beneficiarse de acercamientos distintos). Es importante señalar que el rango de problemas en las enfermedades crónicas sobre el que puede ser útil este programa es considerablemente amplio. Un complemento de este programa es el de Patricia A. Fennell, el cual es descrito en el Capítulo 8 («El modelo de cuatro fases de Fennell»). Las cuatro fases del modelo de Fennell son: crisis, estabilización, resolución e integración. Como indica el profesor Pelechano, la mayor parte de los programas psicológicos de intervención en la enfermedad crónica se basan en orientaciones teóricas (psicológicas) determinadas, en los que la manera de entender las enfermedades crónicas constituyen una «aplicación» que generalmente no se ha generado desde dichas teorías. En cambio, la novedad del programa de Fennell radica en que fue generado a partir de la experiencia y contacto directo con las enfermedades crónicas. El programa, por otra parte, más que

ofrecer novedades relevantes en procedimientos de intervención, es novedoso por lo que concierne a la amplitud y colaboración de todos los que participan en el cuidado del enfermo crónico.

La Parte IV («Ejemplos de intervenciones sobre enfermedades específicas») se distribuye en cinco capítulos y constituye, junto a la parte tercera, la parte más extensa y sustantiva del libro. A lo largo de estos capítulos se proporciona información sobre intervenciones y formas de actuar ante enfermedades crónicas específicas, entre las que se incluyen el cáncer (Capítulo 9: «Cáncer»), el sistema circulatorio (enfermedad coronaria, hipertensión esencial, accidente cerebrovascular, etc.; Capítulo 10: «Intervenciones en el sistema circulatorio»), el sistema respiratorio (tuberculosis, asma, enfermedad pulmonar obstructiva crónica, etc.; Capítulo 11: «Sistema respiratorio»), los trastornos endocrinos y metabólicos (diabetes mellitus, fibrosis quística, obesidad, trastornos endocrinos, etc.; Capítulo 12: «Trastornos endocrinos, metabólicos, nutricionales y del sistema inmune»), y los trastornos genitourinarios (infertilidad, insuficiencia renal crónica, síndrome uretral y prostatitis, etc.; Capítulo 13: «Aparato genitourinario»). En todos los capítulos, antes de la descripción de las intervenciones correspondientes a las distintas enfermedades, el autor hace previamente una delimitación sobre las características psicológicas, clínicas y psicopatológicas relacionadas con cada una de las enfermedades crónicas, aunque lógicamente la extensión dedicada a cada enfermedad varía significativamente en función del conocimiento y la relevancia de ésta en el ámbito de la psicología clínica de la salud actual (p.ej., mientras que la descripción sobre el accidente cerebrovascular ocupa dos páginas, a la enfermedad coronaria el autor le dedica 23 páginas).

El libro tiene un capítulo final («Un final que debe ser un comienzo») con varias reflexiones del autor en las que justifica el enfoque y los contenidos del libro, dirigidos estos últimos sobre todo a demostrar el estado actual de la especialización. Pelechano se lamenta de que, a día de hoy, aún no exista un modelo psicológico eficaz para el tratamiento de las enfermedades crónicas. No obstante, aunque el modelo

que prevalece el es médico-biológico, considera que el libro proporciona sugerencias, modos de operar y resultados que conforman todo un dispositivo con el que el psicólogo puede contar a la hora de trabajar con enfermos crónicos. En este capítulo el autor ofrece algunas consideraciones sobre la práctica de la medicina en el sistema sanitario al uso en nuestro entorno, con algunas sugerencias de mejora de dicha prestación. Como tareas pendientes el autor propone la potenciación de la psicología en el sistema sanitario (frente a lo que se ha denominado «cara humana» de la medicina), así como fomentar las interacciones entre los enfermos, los familiares y los equipos de salud, incluyendo el incremento del apoyo social y la atención a los cuidadores familiares desde los equipos de salud, y promoviendo el movimiento asociativo entre enfermos.

El libro constituye todo un tratado sobre psicología clínica de la enfermedad crónica. Un libro único ya que, además de estar escrito por un solo autor (lo cual presupone un mayor equilibrio e integración de sus contenidos), aborda los principales problemas y enfermedades crónicas desde un punto de vista específico y, a la vez, desde una perspectiva transdiagnóstica. Es un libro imprescindible para todo profesional

de la salud (psicólogos, médicos, enfermeras, etc.), especialmente si éste trabaja en el campo de la enfermedad crónica, y recomendable para cualquier persona interesada por conocer una nueva perspectiva psicológica de la enfermedad crónica. El libro proporciona un nuevo marco psicológico efectivo para entender mejor a los enfermos crónicos, y herramientas eficaces para actuar con este tipo de enfermos y enfermedades. El libro está escrito con el rigor científico que caracteriza al profesor Pelechano, lo cual no impide que sea un libro práctico y con los recursos didácticos apropiados (incluye, por ejemplo, un extenso glosario sobre términos útiles, al final del libro). No podemos por menos que concluir diciendo que con este manual clínico-psicológico sobre la enfermedad crónica, unido al anterior libro de este mismo autor sobre la relación entre enfermedades crónicas y psicología (2008), nos encontramos posiblemente ante el mejor tratado actual sobre la psicología clínica de las enfermedades crónicas, enfermedades que sin duda constituirán la plaga del siglo XXI.

PALOMA CHOROT
Universidad Nacional de Educación
a Distancia, Madrid

Stefan G. Hofmann (Ed.) (2012). *Psychobiological approaches for anxiety disorders: Treatment combination strategies*. Chichester (UK): Wiley-Blackwell. XII + 201 pp.

Aunque esta vez como editor (coordinador) de una monografía, el catedrático de Psicología de la Universidad de Boston (USA), especialista y líder internacional en el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos de ansiedad, nos ha vuelto a obsequiar con un excelente libro relacionado con la ansiedad.

El libro *Psychobiological approaches for anxiety disorder* aborda en 10 capítulos un tema tradicional y a la vez de enorme actualidad. En realidad el título resulta engañoso, pues, a no ser por el subtítulo (que aparece en letra pequeña), cualquiera podría pensar que el libro trata de presentar un análisis sobre los mecanismos

psicobiológicos que subyacen a los trastornos de ansiedad. El libro, sin embargo, se centra exclusivamente en la relevancia de los tratamientos farmacológicos y, en su caso, en los fundamentos psicobiológicos directos que los sustentan. No se trata, por tanto, de una aproximación psicobiológica de los trastornos de ansiedad, sino una aproximación sobre los tratamientos farmacológicos de los trastornos de ansiedad.

El tema central del libro, no sólo es enormemente relevante, sino que es crítico en el momento actual de desarrollo y aplicación de la terapia. Durante la pasada década hemos visto desfilar todo tipo de argumentaciones en pro y en contra de las terapias farmacológicas de la ansiedad, así como también sobre el papel que éstas juegan en relación con las terapias psicológicas, básicamente con la terapia cognitivo-